



41. Oster-Ilsetallauf
Ilseburg / 30.03.2024

Exploitation détaillée

Inga Schaper

Dossard: 154

Circuit: 16.50 km
16,5 km - Lauf

Catégorie:
Seniorinnen W45 (45-49) A

Temps total: 1:51:01

Vitesse: 8.65 km/h

Kilométrage: 6:43 min/km

Place par parcours/Total: 156 (de 198)

Place par parcours/Femmes: 36 (de 54)

Meilleur temps dans le parcours: 1:23:04

Place par catégorie: 5(de 10)

Meilleur temps dans la catégorie: 1:31:44

Temps intermédiaires

Résultats d'étape

Résultat total

Poste	Etape		Etape		Etape		Place		Retard		Place		Retard		Total		Total		Total		Place		Retard		Place		Retard	
	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes	km	Temps	min/km	catg.	catg.	Femme	Femmes
Abzweig Tännental	4.00	25:47	6:26	5	3:49	35	6:17	4.00	25:47	6:26	5	3:49	35	6:17	4.00	25:47	6:26	5	3:49	35	6:17	4.00	25:47	6:26	5	3:49	35	6:17
Plessenburg	3.00	31:58	10:39	7	6:49	44	8:17	7.00	57:45	8:15	5	10:38	36	14:03	7.00	57:45	8:15	5	10:38	36	14:03	7.00	57:45	8:15	5	10:38	36	14:03
Abzweig rote Brü	3.00	23:16	7:45	5	4:49	41	6:51	10.00	1:21:01	8:06	5	15:27	38	20:49	10.00	1:21:01	8:06	5	15:27	38	20:49	10.00	1:21:01	8:06	5	15:27	38	20:49
Ilseburg/Markt	6.50	30:00	4:36	5	3:50	35	7:08	16.50	1:51:01	6:43	5	19:17	36	27:57	16.50	1:51:01	6:43	5	19:17	36	27:57	16.50	1:51:01	6:43	5	19:17	36	27:57